

Des poneys pour remettre les patients en selle

La clinique organise désormais deux fois par mois des séances de rééducation au contact de poneys. Une activité plus ludique que la marche et le vélo.

Insolite

Un espace vert, des plots roses et bleus alignés dans une allée, des barres d'obstacles et des cerceaux posés au sol. Trois femmes en tenue d'équitation s'occupent de deux poneys munis d'un licol. Cette scène n'a pas lieu dans un club hippique, mais bien à la Clinique d'Alençon.

Jeudi, les patients assistaient à leur première séance d'équithérapie (1), animée par leur professeure d'activité physique, Marie Balézeaux. La jeune femme est par ailleurs cavalière de haut niveau.

Remplacer le vélo ou la marche

C'est Charles Rivette, cadre de rééducation, qui lui a suggéré d'organiser des activités équestres à la clinique. Quand Marie présente l'idée à la direction, « **cela les a tout de suite emballés** », raconte-t-elle. Elle propose alors à ses patients de remplacer leur heure quotidienne de marche ou de vélo par un exercice avec les poneys de l'écurie alençonnaise des As Taquins, dont sa mère, Catherine Balézeaux, est la présidente. La monitrice Gaëlle Barot est sollicitée pour les accompagner.

« **Les patients ne viennent que s'ils le souhaitent. Deux d'entre eux n'ont pas le droit de faire l'exercice sur avis du médecin, mais ils ont tenu à être présents pour regarder** », explique Marie.

La première heure est réservée aux patients souffrant de problèmes respiratoires. Ils sont invités à effectuer un parcours moteur en menant le poney à pied. Avant de faire l'exercice, Marie mesure leur saturation d'oxygène dans le sang ainsi que leur rythme cardiaque, pour s'assurer



Un patient, avec Marie Balézeaux (à gauche), la professeure d'activités physiques, et Gaëlle Barot, la monitrice.

qu'ils sont prêts à l'effort physique.

Remonter le moral des patients

Daniel est le premier à se lancer. « **Je travaillais avec des chevaux de course, il y a quatorze ans. Alors bien sûr que, quand on m'a demandé si je voulais participer, j'ai accepté tout de suite !** » Empoignant le licol de Queeny, sous les directives de Marie et de Gaëlle, il fait slalomer le poney entre les plots.

« **Pensez à bien souffler, vous êtes tellement concentré sur le poney**

que vous en oubliez de respirer », rappelle la professeure, attentive. Le deuxième défi est de faire s'arrêter le poney entre les barres d'obstacles posées au sol, à la fin d'un second parcours. « **Avec le déambulateur, on ne se rend pas bien compte, regrette André, un autre patient. Mais c'est une activité plaisante qui nous fait sortir.** »

Marie ne cessera de le répéter : « **C'est vraiment pour le moral que nous faisons cela.** » L'heure suivante, elle reçoit un groupe de personnes à mobilité réduite. Elle a

prévu pour eux des activités plus ludiques. « **Le but, c'est de sortir, de faire quelque chose de différent** ». Elle n'a pas invité les patients qui avaient une séance de kinésithérapie cet après-midi, « **pour ne pas empiéter sur leur suivi médical** ». Ce n'est que partie remise, puisque l'écurie des As Taquins sera désormais présente deux fois par mois à la clinique, jusqu'en septembre.

(1) Thérapie qui consiste à soigner les maux physiques et psychiques grâce au contact avec le cheval.